

**PENYULUHAN DAUN KELOR TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI DESA TANAKARAENG KECAMATAN MANUJU**

***(ELUCIDATION OF MORAGE LEAF ON INCREASING ANEMIA KNOWLEDGE IN PREGNANT WOMEN IN TANAKARAENG VILLAGE, MANUJU DISTRICT)***

**Rahayu Eryanti Kusniyanto<sup>1</sup>, Jumrah Sudirman<sup>2</sup>, Marlina Aziz<sup>3</sup>**

<sup>1,2</sup>Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Universitas Megarezky

<sup>3</sup>Program Studi DIII Kebidanan Universitas Megarezky

\*Email@korespondensi: [1rahayueryanti@gmail.com](mailto:rahayueryanti@gmail.com), [2jumrah.mega.rezky@gmail.com](mailto:jumrah.mega.rezky@gmail.com), [3azizmarlina88@gmail.com](mailto:azizmarlina88@gmail.com)

---

**Article History:**

Received: Juni

Revised: Juli

Accepted: Agustus

**Keywords:** *Counseling, Sweet Potato Leaves, Milk Production.*

**Abstract:** *Anemia in pregnant women can increase maternal and child mortality and morbidity rates. Anemia increases the risk of abortion, KJDR, premature birth, hemorrhagic and so on. Anemia in pregnancy affects the growth and development of the fetus both before and after birth. The prevalence of anemia in pregnant women in Indonesia is 48.9%. One of the ways to reduce the incidence of anemia in pregnant women is to provide nutrition education that can help reduce anemia to the community, especially pregnant women. Tanakaraeng Village is used as a counseling location. The method used in this community service activity is lectures and discussions using powerpoint, LCD. From the results of data processing using a paired T test with a sample of 21 people, it was obtained that there was an increase in knowledge from the average value of the pre-test questionnaire, which obtained a value of 45.23 and post-test: 74.76. The result of the paired T test is 0.000. There is an average knowledge before being given counseling and after being given counseling.*

---

**Abstrak**

Anemia pada ibu hamil dapat meningkatkan Angka kematian dan Angka Kesakitan Ibu dan anak. Anemia meningkatkan resiko terjadinya abortus, KJDR, kelahiran premature, Hemoragik dan lain sebagainya. Anemia pada kehamilan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin baik sebelum kelahiran maupun setelahnya. Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 48,9%. Untuk menurunkan Angka Kejadian Anemia pada ibu hamil salah satunya adalah dengan

melakukan penyuluhan gizi yang dapat membantu menurunkan anemia kepada masyarakat khususnya Ibu hamil. Desa Tanakaraeng dijadikan lokasi penyuluhan. Metode yang digunakan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah ceramah dan diskusi menggunakan powerpoint, LCD. Dari Hasil olahan data menggunakan uji T paired dengan jumlah sampel 21 orang diperoleh ada peningkatan pengetahuan dari rata-rata nilai quisioner pre-test diperoleh nilai 45,23 dan post test : 74,76. Hasil Uji T paired adalah 0,000. Terdapat rata-rata pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan dan setelah diberikan penyuluhan.

**Kata Kunci:** anemia, daun kelor, kehamilan.

## **PENDAHULUAN**

Pendahuluan menguraikan latar belakang permasalahan yang diselesaikan, isu-isu yang terkait dengan masalah yang akan diselesaikan, ulasan pentingnya pengabdian dan lokasi pengabdian, serta tujuan dari hasil pengabdian. (11 point, spasi 1, setiap paragraf menjorok 1 cm) Anemia pada ibu hamil dapat meningkatkan Angka kematian dan Angka Kesakitan Ibu dan anak. Anemia meningkatkan resiko terjadinya abortus, KJDR, kelahiran premature, Hemoragik dan lain sebagainya. Anemia pada kehamilan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin baik sebelum kelahiran maupun setelahnya. Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 48,9%. Untuk menurunkan Angka Kejadian Anemia pada ibu hamil salah satunya adalah dengan melakukan penyuluhan gizi yang dapat membantu menurunkan anemia kepada masyarakat khususnya Ibu hamil.

Penyebab tersering dari anemia adalah kekurangan zat gizi yang diperlukan untuk sintesis eritrosit terutama besi, asam folat dan vitamin B12 (Diana, 2003). Defisiensi zat besi dalam tubuh akan mengakibatkan anemia yang menurunkan jumlah oksigen dalam darah sehingga berakibat pada berkurangnya persediaan zat besi dalam memenuhi kebutuhan ibu, janin dan plasenta. Berkurangnya transfer oksigen ke janin dapat berakibat pada pertumbuhan janin terhambat, peningkatan resiko kejadian prematur dan BBLR.

Daun Kelor mengandung vitamin A, vitamin B, vitamin C, kalsium, Kalium, zat besi dan protein dalam jumlah yang sangat tinggi. Kandungan daun kelor yang dapat membantu mencegah terjadinya anemia yaitu kandungan zat besi yang tinggi dan Vitamin C yang tinggi, dimana vitamin C berperan dalam peningkatan penyerapan zat besi.

Tujuan dari pelaksanaan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat khususnya ibu hamil tentang manfaat daun kelor dalam mencegah terjadinya anemia dalam kehamilan.

Peranan edukasi gizi sangatlah penting bagi masyarakat khususnya ibu hamil. Edukasi merupakan salah satu bentuk kegiatan pendidikan kesehatan sebagai upaya terencana untuk mengubah perilaku individu, keluarga, kelompok dan masyarakat dalam bidang kesehatan.



Gambar 1. Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Desa Tanakaraeng

## METODE PENGABDIAN

Metode pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan Penyuluhan pada masyarakat yang terdiri dari ibu hamil dan warga di desa Tanakaraeng Kecamatan Manuju Kabupaten Gowa yang diikuti oleh 21 orang. Pelaksanaan Penyuluhan ini dilaksanakan pada tanggal 16 Februari 2022 di Aula Desa Tanakaraeng Sebelum melaksanakan penyuluhan masyarakat diberikan pretest dan post test diberikan setelah pelaksanaan penyuluhan untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta penyuluhan tentang manfaat Daun Kelor dalam meningkatkan kadar Hb (mencegah Anemia).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil dari Uji T Paired diketahui nilai signifikan sebesar  $0,000 < 0,005$ . Maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Sehingga didapatkan bahwa ada perbedaan antara hasil pre test dan post test, yang artinya ada pengaruh penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan tentang manfaat daun kelor dalam mencegah anemia.

Anemia merupakan suatu kondisi jumlah sel darah merah tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh. Anemia juga didefinisikan sebagai suatu kondisi dimana kadar haemoglobin (Hb) kurang dari normal Pencegahan Anemia dapat dilakukan dengan pemberian suplemen dan konsumsi makanan yang mengandung zat besi. (Priyas Hastuti and Novita Sari, 2022)(Sudirman et al., 2020)(Lebso, Anato and Loha, 2017)

Anemia pada kehamilan merupakan masalah kesehatan masyarakat secara global dengan berbagai penyebab, termasuk asupan makanan yang tidak mencukupi gizi yang dibutuhkan ibu hamil. Jika terjadi defisiensi zat besi dalam tubuh maka akan terjadi anemia. Hal ini menurunkan jumlah maksimal oksigen yang dapat dibawa oleh darah, hal ini berakibat pada berkurangnya persediaan zat besi untuk memenuhi kebutuhan ibu, janin dan plasenta, sehingga transfer oksigen ke janin berkurang. Berkurangnya oksigen akan berdampak pada kesakitan dan kematian baik ibu dan janin. Hal ini dapat mengakibatkan pertumbuhan janin terhambat, peningkatan resiko persalinan pre-term dan BBLR (Bayi Berat Lahir Rendah)(Le, 2016)(Sunuwar et al., 2019)

Daun kelor (*Moringa Oliefera*) memiliki beberapa macam kandungan gizi diantaranya, zat besi, vitamin C, Kalsium dan kalium, sehingga Daun kelor dapat digunakan sebagai alternative dalam mengatasi anemia. Daun Kelor atau *Moringa Oliefera* memiliki Kadar Zat besi 28,29 mg dalam 100mg daun kelor segar. Setara dengan kandungan zat besi pada tablet Fe yang sebesar 30 mg pada satu tablet. Kandungan Vitamin C yang tinggi juga terdapat dalam daun kelor. Vitamin C berperan dalam membantu penyerapan zat besi, Dalam penelitian Anisa et al (2019) menjelaskan bahwa untuk membantu penyerapan zat besi dalam tubuh suplementasi perlu di kombinasikan dengan makronutrien lain seperti Vitamin C. Oleh karena itu daun Kelor sangat bermanfaat dalam meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah. (Hastuty, Nitia and Medan, 2022)(Priyas Hastuti and Novita Sari, 2022).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Priyas dan Novita (2019) menunjukkan bahwa pada kelompok pemberian teh daun kelor dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah (Priyas Hastuti and Novita Sari, 2022).

Tabel 1. Peningkatan Pengetahuan Masyarakat tentang Manfaat Daun Kelor dalam meningkatkan Kadar Hb

| Variabel  | Mean $\pm$ SD     | P value |
|-----------|-------------------|---------|
| Pre-Test  | 45,23 $\pm$ 2,81  | 0,000   |
| Post-Test | 74,76 $\pm$ 10,30 |         |

Salah satu faktor resiko anemia adalah tingkat pendidikan dan pengetahuan yang rendah, sehingga perlu untuk dilakukannya kegiatan penyuluhan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat. Dengan meningkatnya pengetahuan tentang manfaat daun kelor untuk meningkatkan Hb/ mencegah anemia, diharapkan prevalensi anemia pada ibu hamil di Desa Tanakaraeng dapat dieliminir dari tahun ke tahun (Aina and Irianti, 2020). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Made,dkk (2021) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan Kejadian anemia pada ibu Hamil. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan kurang tentang anemia akan berperilaku negatif dalam mencegah atau mengobati anemia (Teja, Mastryagung and Diyu, 2021)(Anemia et al., 2013). Untuk mengurangi kejadian anemia, edukasi dan pendidikan harus diberikan juga pada suami selain ibu hamil. S. laki-laki berperan penting dalam pengambilan keputusan dalam keluarga dalam pelaksanaan pemenuhan nutrisi kehamilan yang dialami ibu hamil.(Krupp et al., 2018)

## **KESIMPULAN**

Penyuluhan Tentang Manfaat Daun kelor dalam meningkatkan Hb berpengaruh terhadap perubahan pengetahuan masyarakat di Desa Tanakaraeng Kecamatan Kabupaten Gowa. Diharapkan dengan adanya peningkatan pengetahuan tentang Anemia diharapkan prevalensi Anemia khususnya pada ibu hamil di Desa Tanakaraeng semakin menurun.

## **SARAN**

Edukasi kesehatan tentang Anemia dengan metode lain selain penyuluhan sangat diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat secara optimal.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala Desa Tanakaraeng yang telah memberi dukungan terhadap keberhasilan pengabdian ini.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Aina, Q. and Irianti, B. (2020) *Pengaruh Formulasi Kadar Protein dan Kalsium pada MP-ASI Kacang Tunggak dan Beras Merah terhadap Uji Organoleptik pada Ibu Bayi dan Uji Daya Terima pada Bayi Prodi S1 Ilmu Gizi STIKES Surabaya 2 Prodi D3 Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya*.
- Anemia, K. *et al.* (2013) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan terhadap terwujudnya sebuah perilaku kesehatan . Apabila ibu hamil mengetahui dan accidental sampling yaitu teknik', 2(April), pp. 31–39.
- Hastuty, Y.D., Nitia, S. and Medan, P.K. (2022) 'EKSTRAK DAUN KELOR DAN EFEKNYA PADA KADAR HEMOGLOBIN REMAJA PUTRI MORINGA LEAF EXTRACT AND ITS EFFECT ON HEMOGLOBIN LEVELS IN YOUNG GIRLS', *JPP) Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang*, 17(1), pp. 2654–3427. Available at: <https://doi.org/10.36086/jpp.v17i1>.
- Krupp, K. *et al.* (2018) 'Financial decision making power is associated with moderate to severe anemia: A prospective cohort study among pregnant women in rural South India', *Midwifery*, 61(305), pp. 15–21. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.midw.2018.02.014>.
- Le, C.H.H. (2016) 'The prevalence of anemia and moderate-severe anemia in the US population (NHANES 2003-2012)', *PLoS ONE*, 11(11), pp. 1–14. Available at: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0166635>.
- Lebso, M., Anato, A. and Loha, E. (2017) 'Prevalence of anemia and associated factors among pregnant women in Southern Ethiopia: A community based cross-sectional study', *PLoS ONE*, 12(12), pp. 1–11. Available at: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0188783>.
- Priyas Hastuti, A. and Novita Sari, A. (2022) 'PENGARUH TEH DAUN KELOR (*Moringa oleifera* L) TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PENDERITA ANEMIA', *Avicenna: Journal of Health Research*, 5(1), pp. 27–36. Available at: <https://doi.org/10.36419/avicenna.v5i1.590>.
- Sudirman, J. *et al.* (2020) 'Analisis Status Gizi Ibu Hamil berdasarkan Faktor Sosial Budaya di Wilayah Kerja Puskesmas Antang Perumnas, Makassar, Sulawesi Selatan', *Journal of ...*, 6(1), pp. 1–11. Available at: <http://www.jurnal.uui.ac.id/index.php/JHTM/article/view/658>.
- Sunuwar, D.R. *et al.* (2019) 'Effect of nutrition education on hemoglobin level in pregnant women: A quasi-experimental study', *PLoS ONE*, 14(3), pp. 1–12. Available at: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0213982>.
- Teja, N.M.A.Y.R., Mastryagung, G.A.D. and Diyu, I.A.N.P. (2021) 'Hubungan Pengetahuan Dan Paritas Dengan Anemia Pada Ibu Hamil', *Jurnal Menara Medika*, 3(2), pp. 143–147.